

# Dich leicht durch den Alltag bewegen?

Möchtest du Entspannung von Kopf bis Fuss – dich freier bewegen beim Musizieren, Wandern, Sport?

**Feldenkrais Gruppenlektion –  
ein Genuss bewusster Selbstwahrnehmung!**

**Wann** 03.02. – 16.04.2025 und 05.05. – 09.07. 2025 (ohne 9.6.2025)  
Montag / Dienstag 09:00 – 10:00h  
Mittwoch 10:30 - 11:30h

**Ausgleich** je Fr. 250.- (10 x à Fr. 25.-)

**Kursort** Jonastrasse 8 | 1. Stock rechts | 8636 Wald

**Mitbringen** Grosses Frottiertuch | bequeme Kleidung | ggf. Decke

**Anmeldung** [info@feldenkrais-massage.ch](mailto:info@feldenkrais-massage.ch) oder  
076 343 61 72 (auch per Whats App)  
Kyri Topaloudis

**Feldenkrais**  
präventiv therapeutisch integrativ

